



## Hubungan Kecerdasan Adversitas Dengan Dukungan Teman Sebaya Terhadap Penyesuaian Diri Mahasiswa Baru

**Nella Nur Afifah**

*nellanurafifah@gmail.com*

Universitas Islam 45

**Zahra Angelia Maulana**

*zhrnglm.5@gmail.com*

Universitas Islam 45

**Dinda Siti Azzahra**

*dsitiazahra2@gmail.com*

Universitas Islam 45

**Lucky Purwantini**

*purwantini.lucky@gmail.com*

Universitas Islam 45

*Korespondensi penulis: purwantini.lucky@gmail.com*

**Abstract.** *This study aims to explore the relationship between adversity intelligence and peer support on the self-adjustment of new students at Universitas Islam 45 Bekasi. New students often face challenges when starting college, because they have to adapt to various aspects, both intellectual, social, and emotional. Using a quantitative research design and correlational approach, the sample consisted of 134 new students who were randomly selected or with a random sampling technique using the G\*Power application. The data collection techniques used are self-adjustment scale, adversity intelligence scale, and peer support scale which have been tested for validity and reliability. Data analysis techniques use assumption tests with normality and linearity tests, as well as hypothesis testing with multiple regression analysis and Spearman correlation. The results of the analysis show that adversity intelligence has a highly significant relationship with self-adjustment, while peer support shows a weak and insignificant relationship. These findings indicate the importance of developing adversity intelligence among freshmen to improve their adjustment ability in the academic environment.*

**Keywords:** *adversity intelligence, peer support, self-adjustment, new students.*

**Abstrak.** Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi hubungan antara kecerdasan adversitas dan dukungan teman sebaya terhadap penyesuaian diri mahasiswa baru di Universitas Islam 45 Bekasi. Mahasiswa baru sering menghadapi tantangan saat memulai perkuliahan, karena harus beradaptasi dengan berbagai aspek, baik intelektual, sosial, maupun emosional. Dengan menggunakan desain penelitian kuantitatif dan pendekatan korelasional, sampel terdiri dari 134 mahasiswa baru yang dipilih secara acak atau dengan teknik sampling random yang menggunakan aplikasi G\*Power. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah skala penyesuaian diri, skala kecerdasan adversitas, dan skala dukungan teman sebaya yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Teknik analisis data menggunakan uji asumsi dengan uji normalitas dan linearitas, serta uji hipotesis dengan analisis regresi ganda dan korelasi Spearman. Hasil analisis menunjukkan bahwa kecerdasan adversitas memiliki hubungan yang sangat signifikan dengan penyesuaian diri, sedangkan dukungan teman sebaya menunjukkan hubungan yang lemah dan tidak

signifikan. Temuan ini mengindikasikan pentingnya pengembangan kecerdasan adversitas di kalangan mahasiswa baru untuk meningkatkan kemampuan penyesuaian diri mereka di lingkungan akademik.

**Kata kunci:** kecerdasan adversitas, dukungan teman sebaya, penyesuaian diri, mahasiswa baru.

## LATAR BELAKANG

Mahasiswa baru sering menghadapi tantangan saat memulai perkuliahan, karena harus beradaptasi dengan berbagai aspek, baik intelektual, sosial, maupun emosional. Penyesuaian diri mahasiswa didefinisikan sebagai proses adaptasi terhadap lingkungan sosial dan akademik kampus, terutama ketika mereka menghadapi kondisi yang penuh ketidakpastian, rasa cemas, dan usaha untuk menemukan serta mengembangkan identitas diri, sambil menyesuaikan diri dengan lingkungan yang baru (Lestarina & Purwantini, 2023). Dukungan dari rekan sebaya menjadi faktor eksternal yang signifikan dalam membantu mahasiswa beradaptasi dengan lebih baik. Selain itu, kecerdasan adversitas (adversity quotient) menjadi komponen penting yang mendukung kemampuan mereka untuk menghadapi tantangan dan beradaptasi di lingkungan perkuliahan (Dara, Dewi, Faizah, & Rahma, 2020).

Penyesuaian diri adalah proses penting bagi kelangsungan hidup manusia (Garungan, dalam Soleman, 2020). Di lingkungan perguruan tinggi, penyesuaian diri menjadi proses psikososial yang terjadi pada mahasiswa dan berfungsi sebagai salah satu sumber daya yang mereka miliki. Mahasiswa memerlukan berbagai kemampuan yang memengaruhi keberhasilan mereka dalam beradaptasi di perguruan tinggi, khususnya dalam aspek akademik, seperti minat terhadap institusi, keterampilan sosial, serta kemampuan personal dan emosional (Baker & Siryk dalam Hutz, Martin, & Beitel, 2007 (Musdalipa, 2020)). Menurut Gunarsa (dalam Soleman, 2020), beberapa faktor utama yang menyebabkan kesulitan dalam beradaptasi adalah perbedaan antara pendidikan SMA dan perguruan tinggi meliputi kurikulum, bidang studi, dan hubungan antara dosen dan mahasiswa serta aspek lain seperti hubungan sosial, masalah ekonomi, pilihan program studi, dan pencarian tempat tinggal, baik berupa asrama maupun rumah sewa.

Berdasarkan survei yang melibatkan 99.000 siswa oleh American Health Association, siswa yang mengalami kesulitan dalam penyesuaian diri cenderung merasa putus asa, sedih, dan melankolis terhadap aktivitas mereka. Kesulitan ini sering dikaitkan dengan kekhawatiran, tekanan mental, mudah tersinggung, rasa kesepian, serta pandangan pesimis. Menurut Gufron dan Risnawita (dalam Nurhantari & Kumaidi, 2019), penyesuaian diri adalah kemampuan individu untuk menghadapi berbagai tantangan, baik dari dalam diri maupun dari luar, guna mencapai keseimbangan antara dirinya dan lingkungan. Sebagai makhluk sosial, manusia membutuhkan bantuan serta dukungan dari orang lain untuk mengatasi tanggung jawab dalam proses penyesuaian diri. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi hubungan antara adversity quotient dan dukungan sosial teman sebaya, serta pengaruh keduanya terhadap penyesuaian diri siswa. Fokus penelitian ini adalah untuk memahami sejauh mana kedua faktor tersebut memengaruhi kemampuan mahasiswa baru, khususnya yang berasal dari luar kota, dalam beradaptasi dengan lingkungan akademik dan sosial mereka.

Penelitian sebelumnya mengungkap adanya kaitan antara kemampuan seseorang mengatasi tantangan dengan kualitas hubungan interpersonalnya. Misalnya, penelitian “*Hubungan Adversity Quotient, Dukungan Sosial Sebaya, dan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa yang Mengikuti Program Mahasiswa Mandiri*” oleh Vika Nurul Mufidah, Nadiyah Nurli Fadilah,

dan Adenia (2022) menunjukkan bahwa mahasiswa program pendidikan mandiri selama dua tahun mengembangkan hubungan antara aspek diri sendiri dengan orang lain, serta hubungan antara dukungan eksternal dan internal. Penelitian lain oleh Nuralisa dan Astriana (2016) dengan judul “Hubungan antara *Adversity Quotient* dan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Penyesuaian Diri Mahasiswa Luar Negeri Tahun Pertama Fakultas Teknik Universitas Sebelas Maret” mengidentifikasi tiga kaitan utama, yaitu hubungan antara *adversity quotient* dengan penyesuaian diri, dukungan sosial teman sebaya dengan penyesuaian diri, dan hubungan antara *adversity quotient* dengan dukungan sosial teman sebaya.

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi pengaruh dukungan sosial teman sebaya dan *adversity quotient* terhadap kemampuan penyesuaian diri mahasiswa baru. Individu yang bahagia cenderung memiliki kualitas hidup yang lebih baik dibandingkan individu yang merasa sedih. Berdasarkan survei cross-sectional, individu bahagia lebih produktif, aktif secara sosial, dan cenderung mencapai keberhasilan finansial (Diener, Judge, Thoresen, Bono, & Patton dalam Huppert, 2009; Kurniasari, Rusmana, & Budiman, 2019).

## **KAJIAN TEORITIS**

### **Penyesuaian Diri**

Penyesuaian merupakan proses yang menjadi bagian tak terpisahkan dari kehidupan semua makhluk hidup. Baik manusia, hewan, maupun tumbuhan, semuanya menjalani proses ini untuk menyesuaikan diri dengan dirinya sendiri, sesama makhluk, atau lingkungan sekitarnya. Makhluk yang tidak mampu beradaptasi akan lebih mudah punah, terpinggirkan, atau kehilangan peluang untuk mempertahankan keberadaannya. Penyesuaian diri, yang juga dikenal sebagai *self-adjustment*, merupakan istilah dengan berbagai makna. Penyesuaian diri tidak bisa sepenuhnya dikategorikan sebagai baik atau buruk, karena pada dasarnya merupakan reaksi individu atau makhluk hidup terhadap tuntutan situasi dari luar. Berikut ini adalah beberapa pengertian tentang penyesuaian diri. (Suharsono, & Anwar, 2020)

Schneiders (1964) menyebutkan bahwa penyesuaian diri mencakup respons individu terhadap berbagai tuntutan, baik internal maupun eksternal, yang menjadi aspek penting bagi mahasiswa dalam menghadapi tantangan di lingkungan pendidikan tinggi (Agustin & Nastain, 2024). Menurutnya, penyesuaian diri melibatkan beberapa aspek, seperti kemampuan memahami realitas dengan tepat, mengelola stres dan kecemasan, serta membangun hubungan interpersonal yang harmonis. Di sisi lain, Fatimah (2006) mendefinisikan penyesuaian diri sebagai proses alami dan dinamis yang bertujuan menyesuaikan perilaku individu agar lebih cocok dengan kondisi lingkungan sekitarnya (Noviandari & Mursidi, 2019). Menurut Ruyon dan Haber (1984), penyesuaian diri merupakan proses berkelanjutan yang terjadi sepanjang kehidupan seseorang (Hidayati, & Farid, 2016).

Menurut Haber dan Runyon (1984) aspek-aspek penyesuaian diri yaitu:

1. Persepsi Objektif dalam Hubungannya dengan Realitas  
Persepsi objektif terhadap realitas mengacu pada kemampuan seseorang untuk menilai konsekuensi dari tindakannya sehingga dapat membuat keputusan yang lebih baik.
2. Kemampuan Menyesuaikan Diri terhadap Stres dan Kecemasan  
Kemampuan untuk mengatasi stres dan kesulitan menunjukkan bahwa orang dapat menghadapi masalah dalam hidupnya dan menerima tantangan atau kesulitan yang dihadapinya.

3. Citra Diri yang Positif

Pembicaraan diri yang positif terjadi ketika seseorang mampu memahami dan menerima keterbatasan dan kelebihan dirinya, sehingga mampu memahami diri dan mengembangkan potensi diri dengan sebaik-baiknya.

4. Kemampuan untuk Mengekspresikan Emosi dengan Tepat

Kemampuan mengekspresikan emosi merupakan pengembangan diri dalam menyelesaikan masalah sehingga seseorang dapat mengekspresikan perasaannya dengan cara yang tepat dan sesuai.

5. Hubungan Interpersonal yang Baik

Hubungan interpersonal yang baik adalah hubungan di mana seseorang yang mampu bergaul dengan orang lain dapat menciptakan persahabatan yang langgeng yang menguntungkan kedua belah pihak.

Proses penyesuaian diri individu dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti kondisi fisik, kepribadian, edukasi, lingkungan, serta agama dan budaya. Kesehatan dan faktor genetik memengaruhi kemampuan adaptasi, sementara kepribadian, termasuk pengaturan diri dan kecerdasan, turut menentukan kemampuan menghadapi perubahan. Edukasi memberikan pengalaman belajar yang mendukung keterampilan adaptasi, sedangkan lingkungan seperti keluarga, sekolah, dan masyarakat dapat menjadi pendukung atau hambatan. Nilai-nilai agama dan budaya juga membentuk cara individu berinteraksi dengan lingkungannya. Faktor-faktor ini saling berinteraksi menciptakan dinamika yang kompleks dalam proses penyesuaian diri (Saputro, & Sugiarti, 2021).

**Kecerdasan Adversitas (*Adversity quotient*)**

Kecerdasan adversitas mengacu pada kemampuan individu untuk tetap bertahan dalam menghadapi berbagai kesulitan dan mengatasi tantangan hidup. Sederhananya, kemampuan ini melibatkan kecakapan seseorang dalam mengelola hambatan, tantangan, atau situasi sulit. Kecerdasan adversitas juga berperan dalam membangun karakter, meningkatkan kepercayaan diri, dan menghadapi risiko dengan berani, sambil mencari jalan keluar dari kondisi yang tidak menyenangkan. Agustian (2001) mendefinisikan kecerdasan adversitas sebagai kemampuan seseorang untuk menghadapi beragam hambatan dan bertahan di tengah situasi tersebut. Lebih jauh, kecerdasan ini menunjukkan upaya maksimal individu untuk menyelesaikan masalah yang rumit, sehingga ia dapat meningkatkan kualitas hidupnya. Menurut Stoltz, 2000 kecerdasan adversitas mengacu pada kemampuan seseorang dalam menghadapi dan mengatasi beragam rintangan atau tantangan, serta memanfaatkannya sebagai peluang untuk mencapai kesuksesan dalam hidup. (Sa'adah, & Fitriah, 2024)

Venkatesh dan Shivaranjani (2015) menyatakan bahwa *adversity quotient* berkontribusi pada peningkatan produktivitas karyawan di tempat kerja. Kemampuan ini berperan signifikan dalam membantu individu menghadapi ketidakpastian, tekanan, tantangan, perubahan, dan berbagai masalah yang kompleks. Ketika karyawan memiliki sikap mental yang positif dan merasa puas terhadap pekerjaannya, hal tersebut akan mendorong semangat kerja, dedikasi, serta keterlibatan yang lebih baik. *Adversity quotient* (AQ) merupakan indikator yang mengukur sejauh mana seseorang mampu mengatasi berbagai rintangan dalam kehidupan dan pekerjaan. (Putri, N. O. E. (2024). Menurut Paul dalam Juliani (2018) aspek-aspek pada kecerdasan adversitas (*Adversity quotient*) terdiri dari 4 hal, yaitu:

1. *Control* atau pengendalian

Tujuannya adalah untuk menilai seberapa baik seseorang memahami keyakinan orang-orang yang menyebabkan mereka menderita.

2. *Origin-Ownership* (O2)

Mengidentifikasi penyebab atau penyebab kesulitan (*origin*) dan sejauh mana seseorang memiliki kemampuan atau kemauan untuk berkontribusi terhadap penyebab dan dampak kesulitan (*ownership*).

3. *Reach* atau jangkauan

Menggambarkan bagaimana kesulitan tersebut dapat mempengaruhi aspek-aspek lain dalam kehidupan individu.

4. *Endurance* atau daya tahan

Aspek ini membahas dua pertanyaan utama: beberapa penyebab yang mendasari kesulitan yang disebutkan di atas akan terus berlanjut, dan beberapa penyebab yang mendasari kesulitan yang disebutkan di atas akan terus berlanjut.

**Faktor-Faktor Utama yang Mempengaruhi Kecerdasan Adversitas**

1. Kecerdasan Emosional (EI): Kecerdasan emosional berperan penting dalam membentuk AQ, mencakup kemampuan mengenali, memahami, dan mengelola emosi diri sendiri maupun orang lain. Penelitian menunjukkan bahwa tingkat kecerdasan emosional yang lebih tinggi berhubungan erat dengan peningkatan AQ. Terutama, kemampuan memahami dan mengevaluasi emosi orang lain memiliki pengaruh positif terhadap AQ, sedangkan kemampuan mengevaluasi emosi pribadi tidak memberikan dampak yang signifikan.
2. Gaya Pengasuhan: Gaya pengasuhan dapat dikelompokkan menjadi otoriter, demokratis, permisif, dan tidak terlibat, yang masing-masing memiliki dampak berbeda pada perkembangan AQ anak. Berdasarkan penelitian, gaya pengasuhan yang tidak terlibat justru terbukti secara signifikan meningkatkan AQ, sementara gaya lainnya, seperti otoriter, demokratis, dan permisif, tidak memiliki pengaruh yang signifikan. Hal ini menunjukkan bahwa kurangnya keterlibatan orang tua secara tidak langsung dapat berkontribusi pada pembentukan ketangguhan pada anak.
3. Variabel Demografis: Jenis kelamin dan tingkat pendidikan merupakan faktor demografis yang memengaruhi AQ. Penelitian menunjukkan bahwa perempuan cenderung memiliki AQ yang lebih tinggi daripada laki-laki. Di sisi lain, individu dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi cenderung memiliki AQ yang lebih baik, karena pendidikan memberikan kemampuan dan strategi yang lebih efektif dalam menghadapi berbagai tantangan (Rumondor, et.al., 2023).

**Dukungan Teman Sebaya**

Dukungan teman sebaya memegang peranan yang sangat penting bagi individu dalam menjalani kehidupannya. Sebagai bagian dari dukungan sosial, penulis mendasarkan definisi dukungan teman sebaya pada pengertian umum tentang dukungan sosial. Menurut Gottlieb (2004), dukungan sosial merujuk pada pemberian nasehat atau informasi, baik dalam bentuk verbal maupun nonverbal, serta bantuan yang tampak atau konkret. Dukungan ini datang dari orang-orang yang dekat dengan individu dalam lingkungan sosialnya, dan dapat memberikan keuntungan emosional atau memengaruhi perilaku penerima. Teman sebaya adalah lingkungan sosial pertama bagi remaja untuk belajar berinteraksi dengan individu lain selain keluarga mereka. Keanggotaan dalam kelompok ini dapat menghasilkan dampak baik maupun buruk akibat interaksi yang terjadi di dalamnya (Umar, 2005). Coleman (dalam Desmita, 2010) menjelaskan

bahwa teman sebaya atau kelompok sebaya adalah kelompok kecil yang anggotanya berusia hampir sama dan memiliki kedekatan serta hubungan akrab di antara mereka. (Tsalits, & Taufik, 2014)

Cobb (dalam Irwin, Sarason, dan Barbara, 1985:4) menjelaskan bahwa dukungan sosial adalah informasi yang membantu individu merasa diperhatikan dan dicintai. Sementara itu, Shumaker dan Brawnell (1984) menyebutkan bahwa dukungan sosial merupakan pertukaran sumber daya antara dua orang atau lebih yang dirasakan oleh pemberi atau penerima, bertujuan untuk meningkatkan kesejahteraan penerima. Dukungan sosial juga mencakup perasaan bahwa orang lain menyayangi, menghargai, peduli, dan ingin terlibat dengan individu yang menerima dukungan tersebut (Sardi, & Ayriza, 2020).

Menurut Cutrona dan Russel (1987), aspek dukungan sosial teman sebaya terdiri dari:

1. *Attachment* (kelekatan), adalah ikatan antara emosi dan perasaan aman yang diarahkan kepada orang lain.
2. *Social Integration* (integrasi sosial) adalah proses diterima ke dalam suatu kelompok yang sesuai dengan nilai-nilai yang dianut seseorang dan berpartisipasi dalam kegiatan yang menekankan interaksi sosial dan kerja sama.
3. *Reassurance of Worth* (pengakuan) mengacu pada sikap positif topik terhadap kemampuan, keterampilan, dan kompetensi diri sendiri.
4. *Reliable Alliance* (ketergantungan yang dapat diandalkan), adalah keyakinan bahwa seseorang dapat berteman dengan orang lain dan menerima bantuan nyata dari mereka.
5. *Guidnce* (bimbingan), yaitu perilaku seseorang yang memberikan informasi yang berguna dalam bentuk pengamatan dan arahan.
6. *Opportunity for Nurturance* (kesempatan untuk merasakan dibutuhkan), yaitu keyakinan bahwa seseorang memiliki kualitas yang penting dan dapat memberikan kontribusi positif bagi kesejahteraan orang lain.

Menurut Myers (dalam Hobfoll, 1986; dalam Wahyuni, 2016), terdapat tiga elemen kunci yang menjadi faktor individu untuk menawarkan dukungan sosial teman sebaya yang positif dan membangun:

1. Empati, yaitu kemampuan untuk merasakan kesusahan orang lain guna memprediksi perasaan mereka dan mengilhami tindakan yang akan mengurangi kesusahan tersebut dan meningkatkan kesejahteraan orang lain.
2. Norma dan nilai sosial, yang membantu orang memenuhi tanggung jawab mereka dalam hidup.
3. Interaksi timbal balik perilaku sosial antara informasi, kasih sayang, dan layanan dikenal sebagai pertukaran sosial. Hubungan yang memuaskan akan dihasilkan dari pertukaran yang seimbang. Orang menjadi lebih yakin bahwa orang lain akan membantu mereka setelah mengalami pertukaran timbal balik ini.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif dengan pendekatan kolerasional untuk menganalisis hubungan kecerdasan asertivitas (X1) dan dukungan teman sebaya (X2) terhadap penyesuaian diri (Y) pada mahasiswa baru universitas islam 45 bekasi, dengan sampel sebanyak 134 mahasiswa dengan jenjang kriteria: 1) Mahasiswa baru di Universitas Islam 45 Bekasi, 2) Jenis kelamin bebas laki-laki atau perempuan, 3) Usia 18-23 tahun, yang dipilih menggunakan probability sampling dengan metode simple random sampling, serta menggunakan

aplikasi Gpower yang menghasilkan effect size: 0,30 (medium effect size) dalam menentukan jumlah sampel penelitian. Instrumen dalam penelitian ini menggunakan skala Penyesuaian Diri (Y) dengan Cronbach Alpha sebesar 0,944, skala kecerdasan asertivitas (X1) dengan Cronbach Alpha sebesar 0,978, dan skala dukungan teman sebaya (X2) dengan Cronbach Alpha sebesar 0,958. Dengan menggunakan skala likert. alat analisis yang digunakan SPSS (Statistical Package for the Social Sciences) windows versi 21,0. Teknik analisis data yang digunakan adalah Uji Asumsi yang meliputi uji normalitas dan linearitas untuk memastikan kelayakan data sebelum dilakukan analisis lebih lanjut. Dan uji hipotesis yang mencakup analisis uji korelasi Spearman untuk menguji hubungan antara variabel dan analisis uji regresi ganda.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

#### 1. Hasil Pengujian Deskriptif

Dalam analisis statistik deskriptif, jumlah sampel (N) yang digunakan adalah 134. Hasil menunjukkan bahwa untuk variabel Y, skor minimum adalah 48 dan skor maksimum adalah 86, dengan rata-rata (Mean) sebesar 72 dan standar deviasi (SD) sebesar 8,58. Kategorisasi untuk variabel Y menunjukkan bahwa 17 responden (13%) berada dalam kategori rendah, 83 responden (62%) dalam kategori sedang, dan 34 responden (25%) dalam kategori tinggi.

Untuk variabel X1, skor minimum adalah 191 dan skor maksimum adalah 337, dengan Mean sebesar 278,11 dan SD sebesar 32,87. Dalam kategorisasi, terdapat 17 responden (13%) yang termasuk dalam kategori rendah, 84 responden (63%) dalam kategori sedang, dan 33 responden (24%) dalam kategori tinggi. Sementara itu, untuk variabel X2, skor minimum adalah 78 dan skor maksimum adalah 152, dengan Mean sebesar 129,24 dan SD sebesar 16,7. Kategorisasi X2 menunjukkan bahwa 14 responden (10%) berada dalam kategori rendah, 84 responden (63%) dalam kategori sedang, dan 36 responden (27%) dalam kategori tinggi. Secara keseluruhan, terdapat 48 responden (12%) yang berada dalam kategori rendah, 251 responden (62%) dalam kategori sedang, dan 103 responden (26%) dalam kategori tinggi.

*Table 1. Hasil Uji Deskriptif*

Variabel	Skor min.	Skor max	Mean	SD	Kategorisasi					
					Rendah	Jumlah (%)	Sedang	Jumlah (%)	Tinggi	Jumlah (%)
Y	48	86	72,007	8,582	63,425	17 (13%)	63,425	83 (62%)	80,589	34 (25%)
X1	191	337	278,119	32,873	245,246	17 (13%)	245,246	84 (63%)	310,992	33 (24%)
X2	78	152	129,246	16,695	112,551	14 (10%)	112,551	84 (63%)	145,941	36 (27%)
Jumlah						48 (12%)		251 (62%)		103 (26%)

#### 2. Hasil Pengujian Asumsi

##### a. Uji normalitas

Dari hasil uji normalitas, pada Kolmogorov-Smirnov menunjukkan bahwa semua variabel dalam penelitian ini tidak berdistribusi normal. Pada variabel Penyesuaian Diri (Y), nilai K-S-Z = 0,121;  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ), maka data variabel ini tidak memenuhi asumsi normalitas. Hal serupa juga terjadi pada variabel Kecerdasan Adversitas (X1) dengan nilai K-S-Z = 0,105;  $p = 0,001$ , sehingga data pada variabel ini juga tidak berdistribusi normal. Selanjutnya, variabel Dukungan Teman Sebaya (X2) memiliki nilai K-S-Z = 0,130;  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ), yang menunjukkan bahwa data pada variabel ini juga tidak berdistribusi normal. Berdasarkan hasil ini, dapat disimpulkan bahwa semua variabel (Y, X1, dan X2) tidak berdistribusi normal ( $p < 0,05$ ).

**Table 2. Hasil Uji Normalitas**

Variabel	Kolmogrov-Smirnov		
	<i>Statistic</i>	<i>df</i>	<i>p</i>
Penyesuaian Diri (Y)	0,121	134	0,000
Kecerdasan Adversitas (X1)	0,105	134	0,001
Dukungan Teman Sebaya (X2)	0,130	134	0,000

**b. Uji linearitas**

Hasil uji linearitas menunjukkan hubungan antara variabel Penyesuaian Diri dengan Kecerdasan Adversitas, serta hubungan antara Penyesuaian Diri dengan Dukungan Teman Sebaya. Pada hubungan antara Penyesuaian Diri dan Kecerdasan Adversitas, nilai  $F = 1,625$ ;  $p = 0,027$  ( $p < 0,05$ ), maka hubungan antara kedua variabel ini memenuhi asumsi linearitas. Selanjutnya, pada hubungan antara Penyesuaian Diri dan Dukungan Teman Sebaya, nilai  $F = 2,007$ ;  $p = 0,003$  ( $p < 0,05$ ), maka hubungan antara kedua variabel ini juga memenuhi asumsi linearitas. Berdasarkan hasil ini, dapat disimpulkan bahwa kedua hubungan variabel yang diuji memiliki pola hubungan linear yang signifikan, sehingga dapat dilanjutkan dengan analisis statistik yang membutuhkan asumsi linearitas.

**Table 3. Hasil Uji Linearitas**

Variabel	Linearitas	
	<i>F</i>	<i>p</i>
Penyesuaian Diri* Kecerdasan Adversitas	1,625	0,027
Penyesuaian Diri* Dukungan Teman Sebaya	2,007	0,003

**3. Hasil Pengujian Hipotesis**

**a. Uji korelasi**

Analisis korelasi yang dilakukan pada 134 sampel menunjukkan adanya hubungan signifikan antara Penyesuaian Diri dengan Kecerdasan Adversitas dan Dukungan Teman Sebaya. Hasilnya menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang sangat kuat antara Penyesuaian Diri dan Kecerdasan Adversitas, dengan koefisien korelasi Spearman's Rho sebesar  $r = 0,752$ ;  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ), yang mengindikasikan bahwa semakin tinggi Kecerdasan Adversitas, semakin baik kemampuan individu dalam melakukan penyesuaian diri. Sementara itu, hubungan antara Penyesuaian Diri dan Dukungan Teman Sebaya juga positif dan signifikan, dengan koefisien  $r = 0,234$ ;  $p = 0,006$  ( $p < 0,05$ ), meskipun pengaruhnya lebih rendah dibandingkan dengan Kecerdasan Adversitas. Hasil ini menunjukkan pentingnya kedua variabel dalam mendukung kemampuan individu untuk beradaptasi dalam berbagai situasi.



**Table 4.** Hasil Uji Korelasi

Variabel	Koefisien Korelasi Spearman;s Rho	<i>p</i>
Penyesuaian Diri* Kecerdasan Adversitas	0,752	0,000
Penyesuaian Diri* Dukungan Teman Sebaya	0,234	0,006

**b. Uji regresi ganda**

Hasil analisis regresi ganda menunjukkan bahwa kecerdasan adversitas dan dukungan sosial teman sebaya mampu menjelaskan 58,7% penyesuaian diri ( $R^2 = 0,587$ ;  $F(133,131) = 93,014$ ;  $p < 0,002$ ). Kecerdasan adversitas mampu menjelaskan penyesuaian diri ( $B = 0,199$ ;  $p < 0,000$ ). Sedangkan dukungan teman sebaya tidak berpengaruh signifikan terhadap penyesuaian diri ( $B = 0,010$ ;  $p = 0,737$ ).

Hal ini menunjukkan bahwa Dukungan Teman Sebaya tidak memiliki pengaruh yang berarti terhadap variabel dependen dalam model ini. Secara keseluruhan, hasil ini mengindikasikan pentingnya Kecerdasan Adversitas dalam memprediksi variabel dependen yang diteliti.

**Table 5.** Hasil Ujian Regresi Linear Ganda

Model	$\beta$	<i>p</i>
<i>Constant</i>	15,479	0,002
Kecerdasan Adversitas	0,199	0,000
Dukungan Teman Sebaya	0,010	0,737
F	93,014	0,000
df Regression	133	0,000
df residual	131	
R	0,766	
R Square ( $R^2$ )	0,587	
Adjust $R^2$	0,580	

**Pembahasan**

Pada penelitian ini hasil pengujian hipotesis dalam penelitian ini menunjukkan bahwa kecerdasan adversitas (X1) memiliki hubungan yang sangat signifikan dengan penyesuaian diri (Y). Hal ini mendukung hipotesis alternatif (Ha1) yang menyatakan bahwa kecerdasan adversitas merupakan prediktor kuat bagi penyesuaian diri mahasiswa baru. Sebaliknya, dukungan teman sebaya (X2) menunjukkan hubungan yang lemah dan tidak signifikan terhadap penyesuaian diri, sehingga hipotesis kedua (Ha2) ditolak.

Temuan ini sejalan dengan penelitian Nuralisa & Astriana (2016), yang juga menegaskan pentingnya kecerdasan adversitas dalam membantu mahasiswa mengatasi tantangan di lingkungan baru. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa yang memiliki kecerdasan adversitas yang tinggi cenderung lebih baik dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan akademik mereka. Hal ini menunjukkan bahwa faktor internal, seperti kecerdasan adversitas, lebih berpengaruh dalam penyesuaian diri dibandingkan dengan dukungan eksternal seperti dukungan teman sebaya. Namun, hasil penelitian ini berbeda dari penelitian yang dilakukan oleh Vika Nurul Mufidah et al. (2022) menunjukkan bahwa dukungan sosial dari teman sebaya memiliki dampak positif pada penyesuaian diri mahasiswa baru.

Ada beberapa perbedaan dari penelitian terdahulu yaitu, pada responden yang digunakan, yaitu mahasiswa baru di Universitas Islam 45 Bekasi, yang mungkin memiliki karakteristik

berbeda dibandingkan dengan penelitian sebelumnya yang berfokus pada mahasiswa perantauan atau dengan konteks sosial-kultural tertentu. Mahasiswa dari luar kota cenderung bergantung lebih pada dukungan teman sebaya karena jauh dari keluarga, tetapi efektivitas dukungan ini dapat bervariasi tergantung pada konteks emosional dan jenis stres yang dihadapi (Nuralisa, & Astriana, 2016). Penelitian oleh Sardi & Ayriza (2020) menunjukkan bahwa dalam situasi stres akademik yang tinggi, dukungan teman sebaya mungkin tidak selalu memadai, terutama bagi mahasiswa yang kurang memiliki kecerdasan adversitas.

Namun, penelitian yang juga dilakukan oleh Sa'adah & Fitriah (2024) juga mendukung argumen bahwa faktor internal seperti kecerdasan adversitas lebih berpengaruh dalam penyesuaian diri. Mereka menemukan bahwa individu dengan kecerdasan adversitas yang lebih tinggi mampu mengatasi rintangan dan stres lebih efektif, yang berdampak positif pada kesejahteraan psikologis mereka.

Secara keseluruhan, penelitian ini menunjukkan bahwa kecerdasan adversitas adalah prediktor yang lebih kuat untuk penyesuaian diri di antara mahasiswa baru di Universitas Islam 45 Bekasi dibandingkan dengan dukungan teman sebaya. Diperlukan penelitian lebih lanjut untuk mengeksplorasi faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi penyesuaian diri, termasuk aspek kultural dan lingkungan sosial yang lebih luas. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar untuk pengembangan kebijakan dan program yang mendukung mahasiswa dalam beradaptasi dengan baik di lingkungan akademik mereka.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

Penelitian ini menunjukkan bahwa kecerdasan adversitas memiliki hubungan yang signifikan dan kuat dengan penyesuaian diri mahasiswa baru di Universitas Islam 45 Bekasi. Hal ini menegaskan bahwa kemampuan mahasiswa untuk menghadapi tantangan berpengaruh besar terhadap proses penyesuaian diri mereka. Sebaliknya, dukungan teman sebaya, meskipun menunjukkan hubungan positif, tidak memiliki pengaruh signifikan terhadap penyesuaian diri. Rata-rata nilai untuk kecerdasan adversitas dan dukungan teman sebaya berada dalam kategori sedang, menunjukkan bahwa mahasiswa baru mungkin masih mengalami kesulitan dalam beradaptasi.

Berdasarkan hasil penelitian, disarankan agar Universitas merancang program pelatihan yang fokus pada peningkatan kecerdasan adversitas, seperti workshop dan pelatihan keterampilan mengatasi stres, untuk membantu mahasiswa baru mengembangkan kemampuan dalam menghadapi tantangan. Selain itu, penting untuk meningkatkan dukungan sosial dengan menciptakan lingkungan yang mendukung melalui program orientasi dan kegiatan sosial, sehingga mahasiswa dapat membangun jaringan dukungan yang kuat. Penelitian lebih lanjut juga diperlukan untuk mengidentifikasi faktor-faktor lain yang mempengaruhi penyesuaian diri, termasuk aspek kultural dan lingkungan sosial. Terakhir, institusi perlu melakukan evaluasi terhadap program yang diterapkan untuk memastikan efektivitasnya dalam meningkatkan kecerdasan adversitas dan penyesuaian diri mahasiswa baru.

## **DAFTAR REFERENSI**

- Agustin, F. J., & Nastain, M. (2024). *Relationship Between Happiness And Self-Adjustment Students In Yogyakarta. International Journal Of Multidisciplinary Research And Literature*, 3(2), 136-141.
- Cutrona, C. E., & Russel, D. W. (1987). The Provisions of Social Relationships and Adaptation to Stress. In *Advances in Personal Relationships*. JAI Press.

- Dara, Y. P., Dewi, S. H., Faizah, F., & Rahma, U. (2020). Penyesuaian Sosial Berdasarkan Adversity Quotient pada Mahasiswa Rantau. *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan*, 10(2), 139.
- Hidayati, K. B., & Farid, M. (2016). Konsep diri, adversity quotient dan penyesuaian diri pada remaja. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 5(02).
- Haber, A., & Runyon, R. P. (1984). *Psychology Of Adjustment*. New York: The Dorsey Press.
- Juliani, M. (2018). Kecerdasan Adversitas sebagai Salah Satu Faktor Penentu dalam Mengoptimalkan Pencapaian Target Kompetensi Asuhan Kebidanan. *Journal of Natural Science and Engineering*, 2(2), 48–52.
- Kurniasari, E., Rusmana, N., & Budiman, N. (2019). Gambaran umum kesejahteraan psikologis mahasiswa. *Journal of Innovative Counseling: Theory, Practice, and Research*, 3(2), 52–58.
- Lestarina, N. N. W., & Purwantini, D. (2023). Gambaran proses adaptasi mahasiswa baru STIKES di Surabaya. *MAHESA: Malahayati Health Student Journal*, 3(3), 761–769.
- Mufidah, V. N., Fadilah, N. N., & Adenia, A. (2022). Hubungan Adversity Quotient, Dukungan Sosial Teman Sebaya dan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Yang Mengikuti Program Mahasiswa Merdeka. *Muqoddima Jurnal Pemikiran dan Riset Sosiologi*, 3(2), 71-78.
- Musdalipa, M. (2020). Penyesuaian Diri Dan Daya Juang Pada Mahasiswa Asing Thailand di Samarinda. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 8(4), 696–708.
- Noviandari, H., & Mursidi, A. (2019). Relationship of Self Concept, Problem Solving and Self Adjustment in Youth. *International Journal for Educational and Vocational Studies*, 1(6), 651-657.
- Nuralisa, A., & Astriana, S. (2016). Hubungan antara adversity quotient dan dukungan sosial teman sebaya dengan penyesuaian diri mahasiswa perantauan tahun pertama fakultas Teknik Universitas Sebelas Maret Surakarta. *Wacana*, 8(2).
- Nurhantari, F., & Kumaidi, M. A. (2019). Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dan Efikasi Diri dengan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Luar Jawa. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Rumondor, P., Pranajaya, S. A., Sudadi, S., Rumfot, S., & Rofi'i, A. (2023). The Analysis of Relationship Between Parenting Pattern, Demographic Variables, Adversity Intelligence and Emotional Intelligence. *Journal on Education*, 5(4), 16081-16087.
- Sa'adah, M. A., & Fitriah, L. (2024). Validitas Instrumen Penilaian Karakter Wasaka, Angket Kecerdasan Adversitas dan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa. *IDEA: Jurnal Psikologi*, 8(1), 9-16.
- Saputro, Y. A., & Sugiarti, R. (2021). Pengaruh dukungan sosial teman sebaya dan konsep diri terhadap penyesuaian diri pada siswa SMA kelas X. *Philanthropy: Journal of Psychology*, 5(1), 59-72.
- Sardi, L. N., & Ayriza, Y. (2020). Pengaruh dukungan sosial teman sebaya terhadap subjective well-being pada remaja yang tinggal di pondok pesantren. *Acta Psychologia*, 2(1), 41-48.
- Sardi, L. N., & Ayriza, Y. (2020). Pengaruh dukungan sosial teman sebaya terhadap subjective well-being pada remaja yang tinggal di pondok pesantren. *Acta Psychologia*, 2(1), 41-48.
- Soleman, A. (2020). Tingkat Kecerdasan Adversity Mahasiswa Perantau di Manado. *JIVA: Journal of Behaviour and Mental Health*, 1(1).
- Suharsono, Y., & Anwar, Z. (2020). Analisis stress dan penyesuaian diri pada mahasiswa. *Cognicia*, 8(1), 41-53.
- Tsalits, L. H., & Taufik, S. (2014). Hubungan Dukungan Teman Sebaya Dan Kontrol Perilaku Dalam Merokok Dengan Intensi Berhenti Merokok Pada Remaja SLTA (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Wahyuni, N. S. (2016). Hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan kemampuan bersosialisasi pada siswa smk negeri 3 medan. *Jurnal Diversita*, 2(2).